

UNIVERSITAS BINA NUSANTARA

Fakultas Humaniora

Jurusan Psikologi

Skripsi Sarjana Psikologi

Semester Genap 2014/2015

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
PROBLEMATIC INTERNET USE PADA MAHASISWA PENGGUNA
SNS DI JAKARTA**

Ahmad Gozali 1501189500

Abstrak

Internet sudah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari, dalam hal ini mahasiswa menggunakan internet untuk menunjang kehidupan perkuliahan selain itu kebanyakan mahasiswa menggunakan internet sebagai sarana penggunaan media sosial. Media sosial juga digunakan untuk mengungkapkan emosi yang sedang dirasakan oleh penggunanya, namun terkadang penggunaan media sosial menjadi berlebihan seakan-akan memiliki ketergantungan dari penggunaan media sosial tersebut. Penelitian ini ingin melihat apakah terdapat hubungan antara Regulasi Emosi (Cognitive Reappraisal dan Expressive Suppression) dengan Problematic Internet Use pada mahasiswa pengguna Social Networking Site (SNS) di Jakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan kuantitatif, yaitu dengan melakukan penyebaran data yang didapat dari alat ukur masing-masing variabel yang dikorelasikan menggunakan SPSS. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang masuk dalam kategori Emerging Adult dan berstatus mahasiswa serta memiliki akun SNS di Jakarta. Hasil yang didapat dari penelitian ini adalah kategori-kategori responden dengan klasifikasi strategi Regulasi Emosi yaitu Cognitive Reappraisal dan Expressive Suppression dengan tingkat PIU tinggi dan rendah. Kesimpulan yang didapatkan dalam penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal dengan problematic Internet Use pada mahasiswa pengguna SNS, namun terdapat hubungan antara Expressive Suppression dengan Problematic Internet Use pada mahasiswa pengguna SNS di Jakarta.

Kata kunci: *Regulasi Emosi, Cognitive Reappraisal, Expressive Suppression, Problematic Internet Use, Social Networking Site.*

UNIVERSITAS BINA NUSANTARA

Faculty of Humanities

Psychology Department

Thesis of Undergraduate Psychology

Odd Semester 2014/2015

**THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL REGULATION AND
PROBLEMATIC INTERNET USE IN UNDERGRADUATE STUDENT
WHO IS SNS USERS IN JAKARTA**

Ahmad Gozali 1501189500

Abstract

The Internet has become part of daily life on undergraduate student, they are using The Internet to support their activities, moreover The Internet also as requirement for using Social network Site (SNS). Social Networking Site has also become the media to express emotion of it users, but then sometimes the behavior of using SNS turns out to be exaggerate so its user like addicted to SNS. This research would like to investigate the relationship of Emotional Regulation (Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression) and Problematic The Internet Use in College student who is SNS users in Jakarta. The research method is using Quantitative approach, that is by distributing the Questionnaire of the two research variable and operate correlation using SPSS. The subjects of this research were college students who were using SNS from Universities located in Jakarta. The result of this research was the categorization from the classification of Emotional Regulation (Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression) from the researches respondent and the level (high/low) of Problematic Internet Use. Based on the result, the conclusion was there are no correlation between Cognitive Reappraisal and PIU, but there is a positive correlation between Expressive Suppression and PIU among undergraduate student who is SNS user in Jakarta.

Kata kunci: *Regulasi Emosi, Cognitive Reappraisal, Problematic Internet Use, Social Networking Site.*